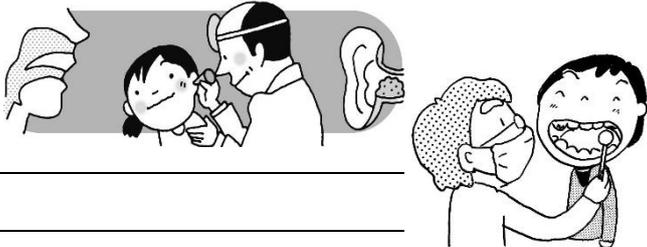




令和 2 年 8 月 31 日
江東区立東川小学校
校長：石川加子
養護教諭：中根理恵

約2週間の短い夏休みでしたが、有意義に過ごせましたでしょうか。肌がじんじんとするような太陽の日差しの下、熱中症に気を付けながらの生活だったかと思います。まだまだ暑い日は続きますので、学校でも上手く熱中症対策をしながら過ごしてほしいと思います。

9月の保健行事

実施日	内容	対象学年	連絡事項
2 (水)	眼科検診	全学年	前髪の長い人は、ピンでとめてください。
4 (金)	尿1次検査	全学年	朝一番の尿を取ってください。 全員提出です! (※後日、尿1次検査の予備日が設定されていますが、原則この日にご提出ください。)
8 (火)	耳鼻科検診	1・4・5年、仲	
10 (木)	歯科検診	1・2年	
17 (木)	歯科検診	3・4年	
18 (金)	耳鼻科検診	2・3・6年	
24 (木)	歯科検診	5・6年、仲	
25 (金)	尿2次検査	1次未提出者、他対象者	朝一番の尿を取ってください。
29 (火)	生活習慣病予防健診	4年希望者	4年生の希望者のみ健診を受けます。4年生には後日お知らせをお配りします。
30 (水)	内科検診	1～3年	体育着を着ます。髪の長い人は結んでください。

9月も引き続き、健康診断が予定されています。受診の必要がある場合や経過観察の必要がある場合は、結果のお知らせをお渡しします。受診の必要がある際は、医療機関で診てもらおうようよろしくお願いいたします。



感染症情報

<本校で7・8月に発生した感染症>

感染症名	人数
溶連菌感染症	1

江東区内では、感染性胃腸炎の発生数が多いようです。(江東区医師会 HP 感染症動向調査より) コロナ対策も含め、こまめな手洗いを引き続きお願いいたします。

～結核予防週間～

9月24日～30日は結核予防週間です。『結核』と聞くと、昔流行した病気?と思うかもしれませんが、ところが、減少してきてはいるものの、現在でも日本で年間15,000人以上の患者が報告されるなど、根絶されていません。どの感染症予防にもつながりますが、栄養バランスのよい食事・十分な睡眠・適度な運動の「規則正しい生活」を心がけ、免疫力が低下しないようにすることが大切です。

がっ ほ けん もく ひょう せい かっ
9月の保健目標：生活リズムをととのえよう

～ おうちのひと
 いっしょ
 一緒によみましょう ～

やす がっ こう
休みモードから 学校モードへ **朝の習慣をシフト!**



あさ ぶんはやく
まずは朝 10分早く
 おきてみる



あさ 朝、バタバタしないよう
 まえ 前の日に準備しておく



ちようしよくご で
朝食後は出なくても
 べんご 便座にすわってみる

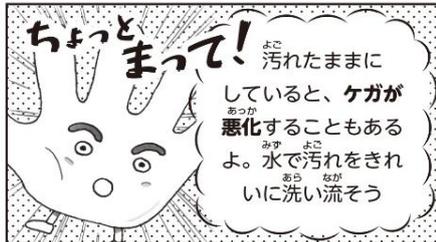


すいみん じ かん だいじ
睡眠時間は大事
 よる 夜は早く寝る

ちよっとまって!

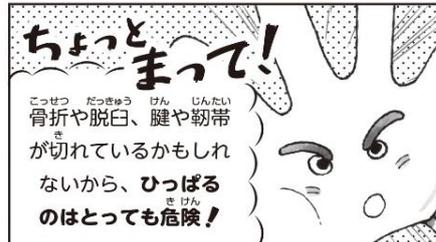
ケがする前・ケがしてしまったらどうすればいい?

やす じ かん
休み時間



きれいに洗って、自分で治そうとする力
 「自然治癒力」を助けてあげてね

たいいく じ かん
体育の時間



運動前の準備運動も大切だね。
 つきゆびくらい...と思わず、安静に

9月9日は「救急の日」

がっこのか

きゆうきゆう

ひ

